

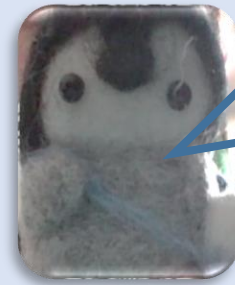


自分たちで作った新聞です！

センターのホームページでも見れます
トップ面から検索してください。

COZYグループとは

高次脳機能障害を持つ人たちが集まり、
共に協力したり得意・不得意な分野を補い合う
リハビリの訓練グループを、
私たちはCOZYグループと呼んでいます。
4週目の調理/外出訓練へ向けて、
全員で話し合いを行います。



COZY君
です！

外出訓練



令和4年11月23日、外出訓練に上野動物園まで、出かけました。
上野駅を下りてまずは、昼食を買いに崎陽軒まで行きました。
それぞれ、買った昼食を持って上野動物園正門前に向かいました。

その後、チケットを買い、さる山キッチンで昼食を取りました。さ
る山の近くにあり、さるを眺めながら崎陽軒の弁当を食べました。
さる山キッチンを出たら、期待のパンダを見るために人の列に並
びました。だいぶ並んで、やっとパンダのボックスにたどり着きま
した。なんとパンダは疲れ果てて、寝ているではありませんか。
写真だけとって、裏口から出たら上野動物園ツアーは、終了で
す。時間の都合により、帰ってきました。
少し遠く感じましたがパンダに会えて嬉しい一日でした。

調理訓練



主菜: 肉じゃが
副菜: 大根ポン酢マヨ炒め
スープ: 野菜豆乳味噌スープ

【感想】

さっぱりした肉じゃがと、パンの組み合わせが絶妙な感じ。

豆乳味噌スープとの組み合わせも良く、大根ポン酢のマヨ炒めも美味しかったです。

美味しいパンが、良いバランスをとっていました。

メンバーより、一言

ケン：寒い季節はなるべく薄着にして身体を動かして新しい年をスタートします。/**国坊**：急に寒くなりました。風邪などひかないようにしてくださいね。/**サンタ**：年末の予定を決めるのに四苦八苦しています。/**ピーチ**：皆さんは年末年始どう過ごしますか？私は家でまったり過ごします。/**KUWA**：2023年は飛躍の年にしたいです。/**テツ**：いよいよ年末がやってきました。来年もよろしくお願いします。

ご意見 ご感想

皆様のご意見や読んだご感想などお聞かせください。参考にしてCOZYTIMESの内容を充実していきます。